

**FACTORES QUE DIFICULTAN EL APRENDIZAJE DE LA
MEDIA LUNA, ELEMENTO TÉCNICO DE LA GIMNASIA A
MANOS LIBRES EN LAS NIÑAS DEL COLEGIO CIUDAD
BOQUÍA DE LA CIUDAD DE PEREIRA**

CARLOS ANDRÉS MUÑOZ SEPÚLVEDA
Cód. 49533-D
MARÍA LILIANA VÉLEZ RENDÓN
Cód. 49448-D

**UNIVERSIDAD DEL QUINDÍO
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y
DEPORTE
DOSQUEBRADAS RISARALDA
2003**

**FACTORES QUE DIFICULTAN EL APRENDIZAJE DE LA
MEDIA LUNA, ELEMENTO TÉCNICO DE LA GIMNASIA A
MANOS LIBRES EN LAS NIÑAS DEL COLEGIO CIUDAD
BOQUÍA DE LA CIUDAD DE PEREIRA**

**CARLOS ANDRÉS MUÑOZ SEPÚLVEDA
Cód. 49533-D
MARÍA LILIANA VÉLEZ RENDÓN
Cód. 49448-D**

Tutor: DAVID HERNÁN HINCAPIÉ LOAIZA

**TRABAJO PRESENTADO COMO REQUISITO PARCIAL PARA OBTENER
EL TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y
DEPORTES**

**UNIVERSIDAD DEL QUINDÍO
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y
DEPORTE
DOSQUEBRADAS RISARALDA
2003**

APROBACIÓN

La investigación titulada **“FACTORES QUE DIFICULTAN EL APRENDIZAJE DE LA MEDIA LUNA, ELEMENTO TÉCNICO DE LA GIMNASIA A MANOS LIBRES EN LAS NIÑAS DEL COLEGIO CIUDAD BOQUÍA DE LA CIUDAD DE PEREIRA”**

DIRECTOR

JURADO

JURADO

Pereira, mayo 31 de 2003

AGRADECIMIENTOS

A Dios, a nuestras familias por creer y apoyarnos siempre, a nuestros amigos y al profesor David Hernán Hincapié Loaiza por asesorar nuestro proyecto de grado.

TABLA DE CONTENIDO

	PÁG
CAPÍTULO 1	
INTRODUCCIÓN GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN	1
1.1 TEMA	2
1.2 DESCRIPCIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	2
1.2.1 DESCRIPCIÓN	2
1.2.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.3 JUSTIFICACIÓN	3
1.4 ALCANCES Y LÍMITES	4
1.4.1 ALCANCES	4
1.4.2 LÍMITES	5
1.5 OBJETIVOS GENERAL Y ESPECÍFICOS	6
1.5.1 OBJETIVO GENERAL	6
1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
CAPÍTULO 2	
MARCO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN	7
2.1 MARCO CONTEXTUAL	7
2.2 MARCO TEÓRICO	8
CAPACIDADES FÍSICAS	11
CONCEPTO DE FUERZA	11
CONCEPTO DE FLEXIBILIDAD	13
COORDINACIÓN	17
RITMO	19
2.2.1 REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	27
2.2.2 FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL Y PEDAGÓGICA	28
2.3 ACLARACIÓN DE TÉRMINOS	32
CAPÍTULO 3	
DISEÑO METODOLÓGICO	34
3.1 ESPECIFICACIÓN DEL TIPO DE INVESTIGACIÓN	34
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	36
3.3 IDENTIFICACIÓN DE CATEGORÍAS Y ANÁLISIS	38
3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN	39

DE LA INFORMACIÓN	
3.5 TABULACIÓN DE LA INFORMACIÓN	61
3.6 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	61
CAPÍTULO 4	
PROPUESTA EDUCATIVA	62
4.1 PRESENTACIÓN	62
4.2 PROPÓSITO	63
4.3 OBJETIVOS	63
4.4 CONTENIDOS	64
4.5 METODOLOGÍA	65
4.6 EVALUACIÓN	67
CAPÍTULO 5	
REALIZACIÓN DE LA PROPUESTA	68
5.1 VALIDACIÓN DEL PROBLEMA	68
5.2 DESCRIPCIÓN DE CADA ACCIÓN MEJORADORA	68
5.2.1 OBJETIVOS	69
5.2.2 CONTENIDO BASE	69
5.2.3 LUGAR Y FECHA	73
5.2.4 RUTINA	75
5.3 RESULTADOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	78
5.4 CONCLUSIONES DE LA REALIZACIÓN DE LA PROPUESTA Y PROSPECCIÓN	79
CAPÍTULO 6	
CONCLUSIONES GENERALES	80
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	

AMExos